

### 先月のくらすメイト

5月のプログラムの様子をちょっと紹介します♪ いいね！  
フェイスブックでも詳しく紹介しているのでぜひ確認してね☆

●サタデー  
@ 堺市立健康福祉プラザ(体育室)



今回のサタデーは、スポーツ!! という  
ことでいろいろな競技を楽しんだわ  
♪汗をかくのは気持ちが良いね~  
体力が無い...しんどい...つらい...だ  
けどやっぱり楽しい!! (職員さんの声)

●お花いっぱい大作戦



春頃から伸びてきた草木の剪定(枝や葉  
を切る)をしたよ~♡中庭がすっきり♪  
そしてさらに~①トマトの苗と②アサ  
ガオの種の植え付けもしました~☆  
成長が楽しみだね

●ホームルーム



ホームルームではプログラムの内容や  
利用する上でのマナーなどなど、く  
らすメイトが楽しく過ごせる場になるよ  
うにみんなで取り組みを考えての☆  
興味がある方はぜひ参加してね♡

### 今月のくらす情報

ゆったりうんじ

《紙わんどで作りたいものを作ろう!》

日時: 5日(金) 13:00~16:00

場所: 堺市総合福祉会館3階 ラウンジ

あとべゆうさく 紙わんど Ver.

なんでも勉強会

《こころの健康講座》

~ストレスと上手に付き合うコツ~

日時: 12日(金) 16:00~17:00

場所: しんしょうれん会議室

ユニフォームの  
締切も間近です!!

### 第2回堺テイスコン交流会出場!!

日時: 4日(木) 13:00~17:00

場所: 堺市総合福祉会館 6階 ホール

集合: 12:30 にくらすメイトに集合!

みんな応援してね♡

うどん師匠で~す♪

### 7月のプログラム

☆うどん打ち☆

日時: 7月7日(火) 10:00~14:00

場所: 堺市立健康福祉プラザ キッチンルーム

集合: 10:00 に現地集合(キッチンルーム前)

持ち物: エフロン・汚れても良い服装

※うどん粉で汚れちゃうよ~!!

昨年の第1回大会は練習  
不足でまだまだ力が及ば  
なかったけど、今年は勝  
利を目指すよ!!

### 申込み

くらすメイトに申込み用  
紙を置いているので参  
加希望者は **6月30日**  
**(火)まで**に申込みをし  
てください。

めざせ! チャンピオン!!  
がんばろ~♪  
♪テイスコン交流会出場者♪

発行: 平成 27 年 6 月 1 日

キャプテン 副キャ



特定非営利活動法人堺障害者団体連合会

生活支援センター-しんしょうれん 地域活動支援センター-くらすメイト

堺市堺区南瓦町 2 番 1 号堺市総合福祉会館 3 階 TEL 223-1407 FAX 223-1312

URL <http://www.shinshoren.or.jp/> FB <https://www.facebook.com/classmate20120401>

開所曜日 月曜日~金曜日(土日祝日はお休み) 開所時間 9:00~17:30



日	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
	・お花いっぱい大作戦 ・ダイエットプロジェクト	・12:45~13:45 みんながシェフ (買い物) ・14:00~16:00 みんながシェフ ・16:00~ ティスコン練習 ・17:00~20:00 ナイト☆		・13:00~17:00 第2回堺ティスコン交流会	・12:00~12:45 ランチ会 ・13:00~16:00 ゆたけいろうんじ ・16:00~17:00 しゅわしゅわ	
7	8	9	10	11	12	13
		・14:00~17:00 カラオケ			・16:00~17:00 おんでも勉強会 ☆テーマ☆ こころの健康講座 ~ストレスと上手につきあおうコツ~	
14	15	16	17	18	19	20
				・14:00~17:00 ティスコン		
21	22	23	24	25	26	27
	・12:00~12:45 ランチ会				・16:00~17:00 ホームルーム	・13:00~17:00 サタデー☆
28	29	30				